

GUÍA PARA PREPARARSE EN CASO DE HURACANES Y DESASTRES



CIUDAD DE HOUSTON

OFICINA DEL ALCALDE

OFICINA DE LA ADMINISTRACIÓN DE EMERGENCIAS

(713) 884-4500

www.houstontx.gov/oem

ÍNDICE

| | |
|--|---|
| Nuestra Misión, Preparación en Caso de Emergencias..... | 1 |
| Lista de Verificación | 2 |
| Desarrolle un Plan de Emergencia para su Familia..... | 3 |
| Consejos para Personas con Necesidades Médicas Especiales..... | 4 |
| Provisiones de Desastre para sus Mascotas..... | 5 |
| Practique y Mantenga su Plan..... | 6 |

Desastres Naturales

- Tormentas Eléctricas y Rayos.....7
- Preparación en caso de Huracán
- Zonas de Evacuación
- Rutas de Evacuación y Códigos Postales Afectados
- Mapa de Rutas de Evacuación en caso de un Huracán
- Mapa de Rastreo de Huracanes.....
- Mapa de lugares de Vigilancia y Advertencia
- Inundación
- Tornados
- Que durante un Tornado
- Calor Extremo.....
- Tormentas Invernales y Frío extremo

Desastres Ocasionados por el Hombre

- Incidentes con Materiales Peligrosos.....
- Amenazas Biológicas.....
- Amenazas Químicas.....
- Incidentes Radiológicos

| | |
|----------------------------|----|
| Números de Teléfono Útiles | 25 |
|----------------------------|----|

NUESTRA MISIÓN

Conducimos programas y actividades diseñadas para proveer a nuestros usuarios, sean estos de carácter interno (la policía, departamento de obras públicas, etc) o externo (público en general, gobierno estatal, gobierno federal, etc), la habilidad de prepararse, para enfrentar y recobrase de los efectos ocasionados por un desastre. Esto es logrado a través del intercambio de recursos e información, trabajando conjuntamente con el público en general, el sector privado y todos los niveles gubernamentales utilizando la tecnología más avanzada.

PREPARACION EN CASO DE EMERGENCIA

Emergencias o desastres pueden fácilmente interrumpir la rutina diaria en nuestras vidas Estas pueden tener efectos inmediatos y duraderos. Las personas pueden ser seriamente heridas y a veces hasta perder sus vidas, tambien pueden ocasionar extensos daños a la propiedad que asciendan a millones de dólares. El objetivo de la Oficina de la Administración de Emergencias, es preparar a la Ciudad de Houston para que pueda responder y recuperarse de los efectos ocasionados por emergencias o desastres. El proceso de la preparación incluye prestar asistencia a aquellos ciudadanos que han sido afectados. Nuestro objetivo será alcanzado, mediante la utilización de los recursos de la ciudad de Houston conjuntamente con los recursos del condado, el estado y del gobierno federal.

En el momento en que surge la necesidad de ayuda adicional, la asistencia será provista por agencias como la Division de Manejo de Emergencias de la Oficina del Gobernador, la Agencia Federal de la Administración de Emergencias (FEMA), la Cruz Roja del Área Metropolitana de Houston y el Ejército de Salvación. Además de estas agencias, existen grupos voluntarios que prestan sus servicios cuando son solicitados por la ciudad. Estos recursos son vitales para los esfuerzos de recuperacion de la Ciudad de Houston

Los departamentos de administración de emergencias (la Policía, el Cuerpo de Bomberos, el Departamento de Emergencias Médicas, el Departamento de Salud Pública) son entrenados para responder en las áreas afectadas por un desastre o emergencia . Es responsabilidad de todos nosotros el estar preparados personalmente para poder responder y enfrentar las consecuencias de un desastre. La Oficina de la Administración de Emergencias de la Ciudad de Houston ha preparado folletos para ayudarle a desarrollar un plan personal de preparación en caso de emergencia para la protección de su familia. Los empleados de la Oficina de la Administración de Emergencias están disponibles para realizar presentaciones de “Preparación en Caso de Emergencia” a grupos de negocios, cívicos y otras organizaciones.

LISTA DE VERIFICACIÓN

SABIENDO QUE HACER LO PROTEGE A USTED Y A SU FAMILIA

APRENDA acerca de los posibles peligros y como controlarlos

DESARROLLE un Plan de Emergencia

PRACTIQUE y mantenga su Plan de Emergencia

DESCUBRA LA CLASE DE DESASTRES QUE PUEDEN AFECTARLE

- ✓ **Póngase en contacto con la Oficina de la Administración de Emergencias de la Ciudad de Houston llamando al: (713) 884-4500.**
 - ⇒ Pregunte que clase de desastres naturales o tecnológicos pudieran ocurrir en el área metropolitana de Houston/Galveston (como por ejemplo: incidentes con materiales peligrosos, accidentes de transporte, etc.). Pida información específica de como prepararse para enfrentar los diferentes tipos de incidentes a los que pudiera estar expuesto.
 - ⇒ Informese acerca del sistema de alerta para emergencias (EAS) el cual es activado por las autoridades locales cuando existe una emergencia. (KTRH 740AM)
 - ⇒ Ponga mucha atención a estos mensajes.
 - ⇒ Pregunte sobre el cuidado para sus animales durante un desastre. A excepción de los animales de servicio que acompañan a las personas discapacitadas, sus mascotas probablemente no serán permitidas en los refugios.
 - ⇒ Pregunte sobre asistencia para personas de edad avanzada o discapacitadas especialmente si este es su caso.
 - ⇒ Familiarícese con las rutas de evacuación y aquellas consideradas seguras tierra adentro.
- ✓ **Conozca el plan en caso de desastres en su lugar de trabajo, en la escuela de sus hijos/hijas, guarderías y otros lugares donde su familia pasa el tiempo.**

DESARROLLE UN PLAN FAMILIAR PARA DESASTRES.

- ✓ **Converse con su familia sobre que hacer en caso de que ocurra un desastre en su área.**
 - ⇒ Identifique los lugares seguros en su hogar para cada tipo de desastre posible en su comunidad.
 - ⇒ Identifique las mejores vías de escape de su casa. Busque dos salidas para cada habitación.
 - ⇒ Elija un lugar donde usted y su familia puedan reunirse fuera de su casa en caso de una emergencia súbita, como un incendio, y un lugar fuera de su vecindario en caso de que no puedan regresar a su hogar.
 - ⇒ Elija un número de teléfono dentro y/o fuera de la ciudad para que todos los miembros de su familia se comuniquen en el caso de ser separados.
 - ⇒ Asegúrese que todos los miembros de su familia conocen los números de teléfono elegidos.
 - ⇒ Discuta con su familia que hacer en caso de emergencia.

- ✓ **Guarde Provisiones para Emergencias.**

Almacene suficientes provisiones para por lo menos siete días.

- ✓ **Prepare un equipo de suministros de emergencia en caso de que sea necesario evacuar.** Incluya agua, alimentos no perecederos, abridor de latas manual, ropa adicional, zapatos, cobijas, bolsas de dormir, botiquín de primeros auxilios, medicinas, anteojos, linterna, un juego extra de llaves de sus vehículos, dinero en efectivo y monedas, tarjetas de crédito, radio o televisor portátil de baterías y baterías adicionales, y otros artículos necesarios para satisfacer las necesidades únicas de su familia.

- ✓ **Prepare un equipo de emergencia para su vehículo.**

Incluya un radio de baterías y baterías adicionales, linterna, cables para pasar corriente, un inflador de llantas, extinguidor de incendios, cobijas, botiquín de primeros auxilios, agua embotellada, mapas y comidas energéticas no perecederas .

- ✓ **Instale en su casa artefactos de seguridad como detectores de humo y extinguidor de incendios.**

- ✓ **Aprenda medidas básicas de seguridad, como clases de primeros auxilios y resucitación cardiopulmonar, como usar el extinguidor de incendios, y cómo y cuándo cortar el suministro de agua, gas y electricidad para su casa.**

- ✓ **Tenga los números de teléfono de emergencia (bomberos, policía, ambulancia, etc.) en un lugar visible cerca del teléfono. Enseñe a los niños cómo y cuando llamar al 911, a los bomberos, a la policía y a la ambulancia.**

CONSEJOS PARA PERSONAS CON NECESIDADES MÉDICAS ESPECIALES

Organize una Red de Apoyo Personal

Los miembros de su “Red de Apoyo Personal”, pueden ser compañeros de apartamento, parientes, vecinos, amigos o colegas. Ellos deberán ser personas de confianza que puedan verificar si usted necesita ayuda. Es importante que los miembros de su “Red de Apoyo Personal” conozcan sus capacidades y necesidades, y que puedan ayudarlo en cuestión de minutos.

Haga una Evaluación Personal

Cuidado Personal

¿Necesita ayuda con actividades del diario vivir, como bañarse y arreglarse?

¿Utiliza equipo de adaptación para vestirse?

Equipo de Cuidado Personal

¿Utiliza una silla para ducharse, una banqueta para entrar o salir de la bañera u otro artefacto similar?

Instrumentos Especiales para la Alimentación

¿Utiliza usted utensilios especiales que le ayudan a preparar o ingerir sus alimentos en forma independiente?

Equipos que dependen de la Electricidad

¿Cómo continuará utilizando equipos que funcionan con electricidad, tales como aparatos para diálisis, elevadores eléctricos, etc.? ¿Cuenta con una fuente auxiliar de energía eléctrica confiable?

¿Cuánto durará?

Transporte

¿Necesita equipo especial o transporte accesible?

Evacuación

¿Necesita ayuda en caso de que sea necesario evacuar?

Prepare una Lista de Información Médica que incluya:

- Proveedores médicos
- Medicinas con y sin prescripción
- Equipo de adaptación y de soporte corporal
- Alergias y sensibilidades
- Dificultades de comunicación y/o cognitivas
- Copias de tarjetas de seguro médico
- Copias de prescripciones médicas

Además mantenga un suministro de medicinas para un mínimo de 14 días adicionales

Para más información visite nuestra página de Internet

www.houstontx.gov/oem o llámenos al (713) 884-4500

PROVISIONES DE DESASTRE PARA SUS MASCOTAS

- ✓ Si es necesario evacuar en caso de un desastre, la manera más efectiva de proteger sus mascotas es evacuarlas también. Dejando sus mascotas en su casa puede resultar en que estas se pierdan, sean heridas o algo peor. Identifique lugares seguros donde podría dejarlos. Considere centros de alojamiento para animales, clínicas veterinarias o refugios especializados para mascotas.
- ✓ Prepare una caja portátil de abastecimientos de emergencia para sus mascotas que incluya:
 - Medicinas
 - Botiquín de Primeros Auxilios
 - Collar, correa, bozal
 - Jaula portátil y/o caja de transporte segura
 - Fotografías recientes
 - Una cantidad considerable de comida y agua
 - Abrelatas manual
- ✓ Mantenga una lista actualizada de:
 - El itinerario de alimentación de su mascota
 - Condiciones médicas y registro de inmunizaciones
 - Problemas de conducta
 - El nombre y el número de teléfono de su veterinario

PRATIQUE Y MANTENGA SU PLAN

- ⇒ Practique en su casa simulacros de evacuación en caso de emergencia y de incendio por lo menos una vez al año.
- ⇒ Revise la fecha de vencimiento y deseche o reemplace el agua y la comida almacenada cada seis meses.
- ⇒ Pruebe y recargue su extinguidor de incendios de acuerdo con las instrucciones del fabricante.
- ⇒ Pruebe detectores de humo una vez al mes y reemplace las baterías dos veces al año. Se sugiere que las baterías sean reemplazadas en el otoño y en la primavera.
- ⇒ Durante emergencias, manténgase informado sintonizando KTRH 740 AM que es la estación de radio elegida como la Estación de Alerta del Sistema de Emergencias a través de la cual las autoridades locales emitirán comunicados oficiales relacionados con las emergencias. Siga las instrucciones y recomendaciones de los mismos.

TORMENTAS ELÉCTRICAS Y RAYOS

¿Qué es una tormenta eléctrica?

Una tormenta eléctrica es causada por condiciones atmosféricas inestables, se forman de una combinación de humedad, aire caliente que sube con rapidez y una fuerza capaz de levantar aire, como un frente frío y caliente, una brisa marina o una montaña. Todas las tormentas eléctricas contienen rayos. Las tormentas eléctricas pueden ocurrir individualmente, en grupos o en líneas. Por ello, es posible que varias tormentas eléctricas afecten una localidad en el transcurso de unas cuantas horas. Algunas de las condiciones meteorológicas más inclementes ocurren cuando una sola tormenta eléctrica afecta un lugar durante un período prolongado. Las tormentas eléctricas pueden producir lluvias intensas (que a su vez pueden provocar inundaciones repentinas), vientos fuertes, granizadas, rayos y tornados. Durante una tormenta eléctrica severa entre en un edificio resistente y sintonice un radio de baterías para oír la información meteorológica.

¿Qué es un rayo?

Los rayos son una descarga eléctrica que resulta de la acumulación de electricidad estática entre las nubes o entre las nubes y la superficie. Siempre acompañan una tormenta eléctrica. Cuando la acumulación adquiere la fuerza suficiente para superar el efecto de aislamiento del aire, los rayos aparecen como un "relámpago". Este destello de luz puede mantenerse dentro de las nubes, ocurrir entre las nubes o caer en la superficie terrestre a varias millas de la nube madre. Un relámpago alcanza una temperatura que se aproxima a los 50,000 grados Fahrenheit en una fracción de segundo. El rápido calentamiento y enfriamiento del aire cerca del rayo causa los truenos. Los rayos constituyen una importante amenaza durante una tormenta eléctrica. En los Estados Unidos, los rayos alcanzan y matan a entre 75 y 100 estadounidenses cada año. Si es sorprendido a la intemperie, evite los pararrayos naturales, como los árboles altos y aislados en un área abierta o en la cima de una colina y objetos metálicos, como alambradas, palos de golf y herramientas de metal. Es un mito que los rayos nunca caen dos veces en el mismo sitio. En realidad, los rayos caen varias veces en el mismo lugar en el transcurso de una descarga.

PREPARACIÓN EN CASO DE HURACÁN



Antes de un Huracán

Una **Vigilancia de Huracán** es normalmente emitida por el Servicio Meteorológico Nacional 36 horas antes de que un huracán azote el área costera. Si existe una Vigilancia de Huracán en su área haga lo siguiente:

- ⇒ Escuche los informes del avance del huracán en un radio y/o televisión y siga las instrucciones de las autoridades.
- ⇒ Asegúrese de tener suficientes provisiones, especialmente agua potable (por lo menos cinco galones por persona).
- ⇒ Llene el tanque de gasolina de sus vehículos y generadores.
- ⇒ Cubra las ventanas de su casa con tabloncillos de madera contrachapada.
- ⇒ Meta todos los objetos que están en exteriores, como muebles de jardín, juguetes y herramientas de jardinería y sujete todos los objetos que no pueda llevar al interior.
- ⇒ Amarre las embarcaciones de manera firme o llévelas a un lugar que ha sido designado como seguro.

Una **Advertencia de Huracán** es emitida cuando se esperan vientos huracanados de por lo menos 74 millas por hora o un oleaje peligrosamente alto dentro de las próximas 24 horas. Cuando una Advertencia de Huracán es emitida para su área haga lo siguiente:

- ⇒ Continúe escuchando la radio y/o televisión para enterarse de las instrucciones oficiales.
- ⇒ Si las autoridades ordenan evacuar su área hagalo cuanto antes.
- ⇒ Si vive en una casa móvil, verifique las sujeciones y **evacúe de inmediato**.

Si no se encuentra dentro de las zonas de evacuación:

- ⇒ Cerciórese de que todos los puntos de su Lista de Verificación en caso de Emergencias han sido cumplidos.
- ⇒ Almacene agua potable en la tina del baño, jarras, botellas y utensilios de cocina limpios.
- ⇒ Cierre las válvulas principales de suministro de agua y gas a su casa y apague la electricidad si las autoridades así lo ordenan.
- ⇒ Permanezca adentro de su casa, lejos de ventanas, tragaluces y puertas de vidrio.

Durante un Huracán usted debera:

- ⇒ Permanecer adentro de su casa, en un pasillo, baño interior o armario, alejese de ventanas, tragaluces y puertas de vidrio.
- ⇒ Protéjase usted y a su familia de los escombros que pudieran salir volando y lastimarlos, colocándose debajo de un colchón o buscando refugio debajo de un objeto resistente, como una mesa de comedor fuerte y bien construída.

Después de un Huracán

- ⇒ Revise los alimentos refrigerados para ver si no están echados a perder. A excepción de que las autoridades emitan un comunicado estipulando que no es necesario, hierva el agua antes de tomarla.
- ⇒ Es muy posible que los servicios de agua, gas y electricidad no hayan sido restablecidos. No se acerque a las líneas de eléctrica caídas.
Sí huele gas, salga de su casa inmediatamente y avise a las autoridades correspondientes.
- ⇒ Proteja su propiedad de daños adicionales, realizando reparaciones temporales y de emergencia, siempre y cuando no tome riesgos innecesarios.
- ⇒ Tome fotografías de los daños, tanto a la casa como a sus contenidos y comuníquese con su agente de seguros cuanto antes para iniciar un reclamo a su póliza.

ZONAS DE EVACUACIÓN

La escala Saffir-Simpson divide los huracanes en cinco categorías:

| <u>Categoría</u> | <u>Vientos Sostenidos (mph)</u> | <u>Daños</u> |
|------------------|---------------------------------|--------------|
| 1 | 74-95 | Mínimo |
| 2 | 96-110 | Moderado |
| 3 | 111-130 | Extenso |
| 4 | 131-155 | Extremo |
| 5 | Más de 155 | Catastrófico |

En la ciudad de Houston y el condado de Harris se han identificado tres diferentes zonas de evacuación: Zona A, B y C. Estas son definidas de acuerdo a las diferentes categorías de huracanes y a la altura de la marejada ciclónica que se pronostica basandose en la intensidad del huracán. Zona A incluye huracanes de categorías 1-2, Zona B categoría 3 y Zona C categorías 4-5.

Códigos Postales afectados por las Zonas de Evacuación:

Zona A: 77058, 77598

Zona B: 77058, 77059, 77062, 77520, 77546, 77571, 77598

Zona C: 77012, 77013, 77015, 77017, 77029, 77034, 77049, 77058, 77059, 77062, 77075, 77089, 77502, 77503, 77505, 77506, 77520, 77530, 77536, 77546, 77547, 77571, 77581

Las Zonas de Evacuación para la ciudad de Houston y el condado de Harris al igual que las principales carreteras Estatales y Federales se encuentran representadas en el mapa en la página número 11 de este panfleto.

Las Rutas de Evacuación recomendadas son:

I-45N

I-10W

US 290

TX 225

TX 288

HWY 146

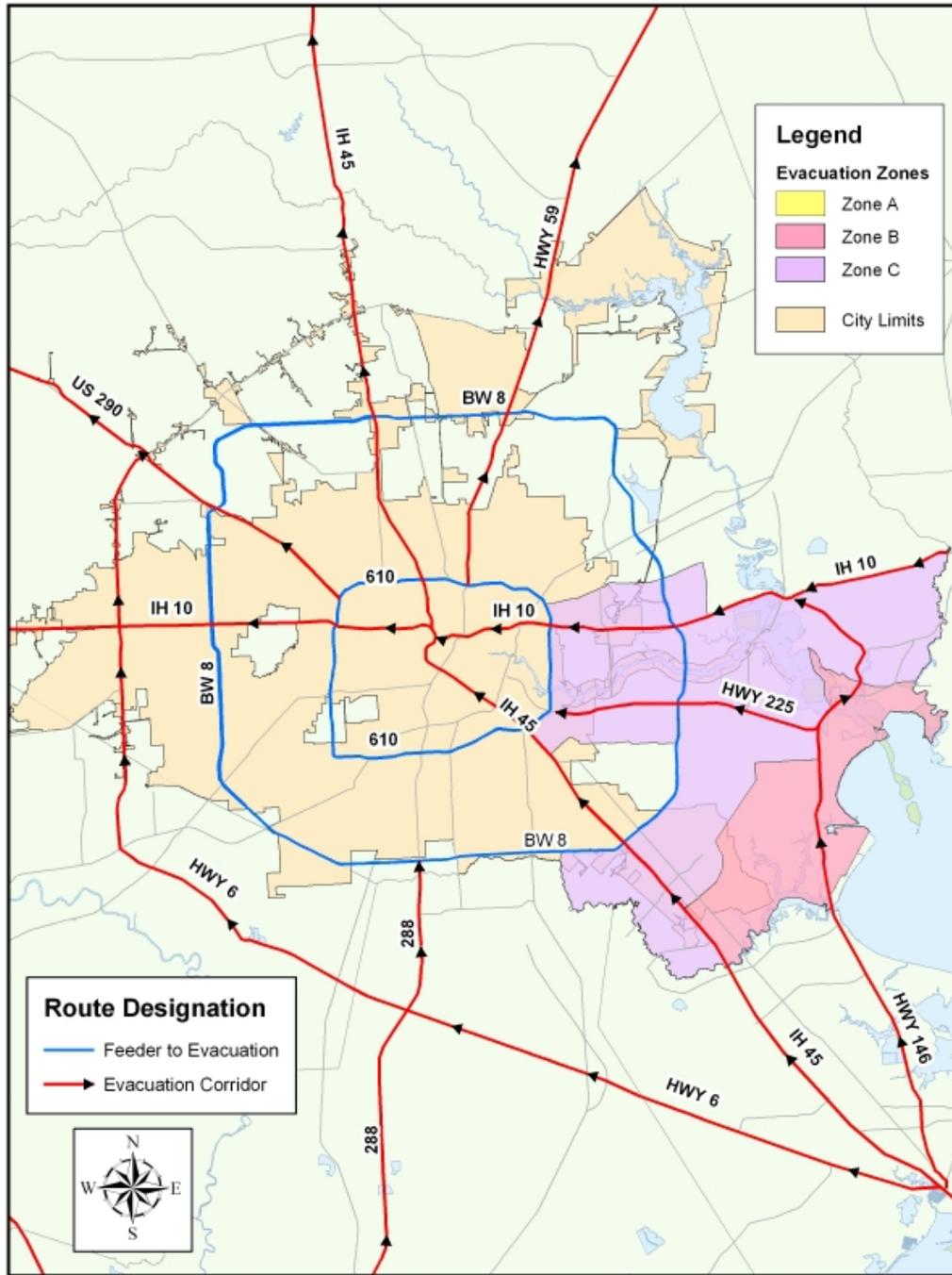
HWY 6

HWY 59

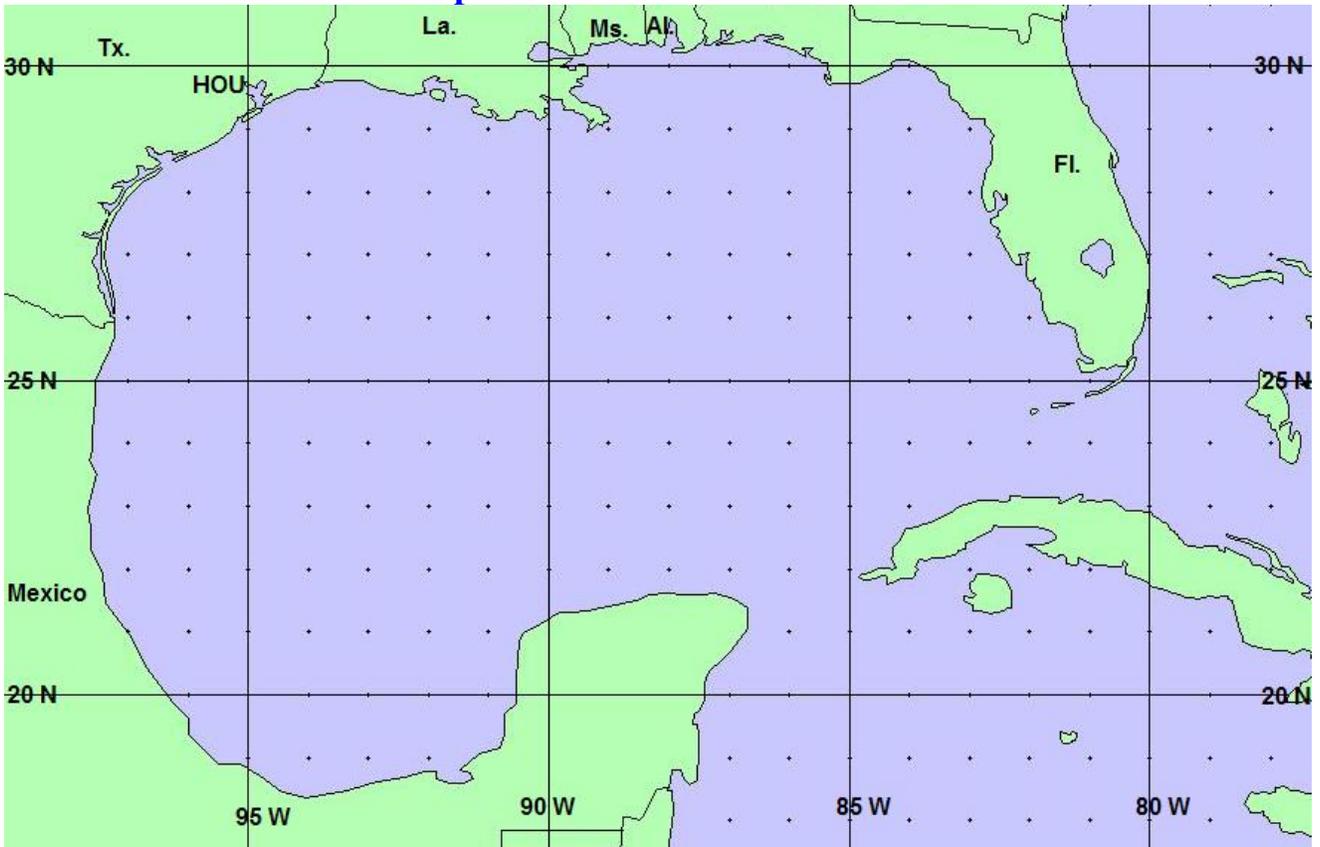
Si las autoridades ordenan una evacuación en su área, los medios de comunicación electrónicos como el sistema de alerta transmitido por radio y los letreros electrónicos localizados en la orilla de las carreteras serán utilizados para proporcionar al automovilista información importante acerca de la evacuación. Estos mensajes serán coordinados por el Centro de Operaciones de Emergencia a través de la oficina TranStar de Houston.

Determine si su casa se encuentra localizada dentro de una zona de evacuación. No es necesario que todos los residentes de la ciudad de Houston evacúen en el caso de un huracán. Personas que viven fuera de las zonas de evacuación, deberán evaluar sus hogares para determinar si están en condiciones de protegerlos durante la tormenta. Si no es así deberán planear trasladarse a edificios cercanos más fuertes. Es posible que las personas se trasladen después de la tormenta si las condiciones de los edificios donde se encuentran son inseguras debido al daño recibido o poco confortables debido a la interrupción de servicios básicos.

Rutas de Evacuación en caso de un Huracán



Mapa de Rastreo de Huracanes



Oficina de Emergencias de la Ciudad de Houston
5320 N. Shepherd
Houston, Texas 77091

Teléfono: 713 884-4500
Fax: 713 884-4545
TDD 713 884-4518

El Centro Nacional de Huracanes define las áreas de Vigilancia y Advertencia basándose en los lugares representados en este mapa.



INUNDACIÓN



Las inundaciones son uno de los peligros más comunes de la naturaleza. Esto es particularmente cierto para la mayoría del área Metropolitana de Houston. Estar preparados es un paso vital para proteger vidas y posibles daños a su propiedad. Las siguientes sugerencias le ayudaran a elaborar un plan de emergencia personal en caso de inundaciones.

ANTES DE LA INUNDACIÓN

- ⇒ Conozca los términos utilizados para describir las inundaciones:
 - Vigilancia de Inundación:** La inundación es posible.
 - Advertencia de Inundación:** La inundación está ocurriendo u ocurrirá pronto.
- ⇒ Determine si su propiedad está ubicada en un área propensa o de alto riesgo de inundación
- ⇒ Compre un Radio Meteorológico NOAA con respaldo de batería y un tono de alerta que automáticamente le avisa cuando se emite una Vigilancia o Advertencia
- ⇒ Tenga una caja de suministros de emergencia que incluya un radio de baterías, baterías adicionales, linterna, botiquín de primeros auxilios, comida no perecedera y agua potable.
- ⇒ Sepa como cerrar la electricidad, el gas y el agua en los interruptores y tomas principales.
- ⇒ Considere comprar seguro de inundación.

DURANTE LLUVIAS FUERTES O SEVERAS

- ⇒ Escuche las estaciones de radio y televisión para obtener información local de última hora.
- ⇒ Esté consciente de arroyos, canales de drenaje y desfiladeros que pudieran desbordarse e inundar su área.
- ⇒ Evite acercarse a áreas inundadas ya que se desconoce la profundidad del agua acumulada.
- ⇒ No conduzca por calles inundadas ya que se desconoce la profundidad del agua y las condiciones de las carreteras son inciertas.
- ⇒ Aprenda como y cuando debe evacuar su área inmediata antes de que sea demasiado tarde.
- ⇒ Si las autoridades recomiendan que evacúe, hagalo inmediatamente.

DESPUES DE UNA INUNDACIÓN

- ⇒ No se acerque al área inundada.
- ⇒ Esté consciente de las áreas donde las aguas hayan cedido.
- ⇒ Manténgase alejado de cables eléctricos caídos y de áreas designadas como áreas de desastre.
- ⇒ Considere las necesidades de salud y seguridad de su familia.
- ⇒ Continúe escuchando la radio para mantenerse informado.
- ⇒ Comuníquese con su agente de seguros lo más pronto posible.

TORNADOS



Los TORNADOS azotan con muy poco o sin aviso. Todas las familias deben preparar un plan de emergencia en caso de tornado y deben designar un lugar de refugio seguro. Practique el plan que usted y su familia crearon.

Como Prepararse Para Un Tornado

- ✓ Conozca los términos que se utilizan para describir las amenazas de tornado:
 - ⇒ **Vigilancia de tornado**- existe la posibilidad de que se desarrolle un tornado.
 - ⇒ **Advertencia de tornado**- se ha visto un tornado en el área, busque refugio de inmediato.
 - ⇒ **Vigilancia de Tormentas Severas** – existe la posibilidad de que se desarrollen tormentas severas.
 - ⇒ **Advertencia de Tormentas Severas** - tormentas severas han comenzado o están por comenzar.
- ✓ Compré un radio meteorológico de la NOAA y un radio comercial de baterías y baterías adicionales para ambos.
- ✓ Mantenga suministros de emergencia a la mano.
- ✓ Tome inventario de sus posesiones.
- ✓ Mantenga papeles importantes en una caja de seguridad.

QUE HACER DURANTE UN TORNADO

- ✓ Si reportan haber visto un tornado en su área, busque refugio inmediatamente. No se acerque a ventanas, puertas, ni paredes exteriores.
 - ⇒ Si se encuentra en una casa o edificio pequeño, refugiese en el sótano o en un cuarto interior en el primer piso.
 - ⇒ En una escuela, asilo de ancianos, hospital, fábrica, o centro comercial refugiese en los corredores o pasillos en el primer piso.
 - ⇒ En un **edificio alto**, refugiese en un cuarto pequeño en el centro, o en un corredor o pasillo localizado en el piso más bajo posible.
 - ⇒ Métase debajo de un mueble resistente como una mesa o escritorio.
 - ⇒ Protéjase la cabeza y el cuello con los brazos.
 - ⇒ Salga de **vehículos, remolques y casas móviles** inmediatamente y vaya al piso más bajo de un edificio fuerte cercano o a un canal, barranco o alcantarilla. Nunca intente dejar atrás un tornado manejando rápido, estos son erráticos y se mueven muy rápidamente.
- ✓ Los refugios para tornados deben mantener los siguientes suministros de emergencia:
 - ⇒ Lámpara portátil de baterías y baterías adicionales.
 - ⇒ Radio de baterías sintonizado a la estación meteorológica.
 - ⇒ Botiquín de Primeros Auxilios.
 - ⇒ Alimentos no perecederos y agua potable.
 - ⇒ Abrelatas manual.
 - ⇒ Medicinas esenciales.
 - ⇒ Dinero en efectivo y tarjetas de crédito
 - ⇒ Zapatos cerrados y fuertes.

QUE HACER DESPUES DE UN TORNADO

- ✓ Esté pendiente de vidrios rotos y cables eléctricos caídos.
- ✓ Inspeccione para ver si hay lesiones. No intente mover a personas gravemente lesionadas a menos que estén en peligro inmediato de muerte o de lesiones adicionales.
- ✓ Tenga precaución al entrar a un edificio dañado.

CALOR EXTREMO

Los residentes del suroeste de Texas están acostumbrados al calor extremo y a la alta humedad durante los meses de verano y deben familiarizarse con los procedimientos a seguir para protegerse de estas condiciones climatológicas extremas.

El cuerpo humano utiliza la transpiración y el enfriamiento por evaporación como la primera línea de defensa en contra del calor. No obstante, en condiciones de calor extremo y alta humedad, la evaporación disminuye y el cuerpo tiene que trabajar más arduamente para mantener una temperatura normal. Si nuestros cuerpos no son capaces de mantener la temperatura adecuada, podríamos experimentar: calambres, retorcijones, agotamiento, insolación y ataques de corazón. Para ayudar a la población en la identificación y cuantificación del problema, se desarrolló el índice de calor. Este índice indica cuánto calor hace cuando la humedad relativa se agrega a la temperatura del aire. El valor del índice de calor es calculado considerando que la persona se encuentra en un lugar ventilado y bajo la sombra. Una exposición a pleno rayos solares puede aumentar el índice en 15 grados. La prolongada exposición al índice de calor podría ocasionar lo siguiente:

de 80 a 90 grados Fahrenheit: puede provocar fatiga

de 90 a 105 grados Fahrenheit: calambres y agotamiento

de 105 a 130 grados Fahrenheit: calambres, retorcijones, agotamiento e insolación.

de 105 a 130 grados Fahrenheit: podría tener consecuencias fatales.

Practicando lo siguiente le ayudará a reducir problemas de salud asociados con las altas temperaturas de verano:

- Reduzca actividades físicas al aire libre o trate de realizarlas temprano en la mañana o en las últimas horas de la tarde.
- Use ropa liviana y de colores claros.
- Beba agua en abundancia.
- Trate de estar el mayor tiempo posible en lugares con aire acondicionado.

Recuerde que los niños pequeños, las personas de edad avanzada y aquellas que sufren de enfermedades crónicas tienen mayor probabilidad de sucumbir al calor extremo. Además, no olvide que sus animales también pueden ser afectados por el calor excesivo. Asegurase que ellos también tengan suficiente agua para beber y un lugar sombreado para descansar.

TORMENTAS INVERNALES Y FRÍO EXTREMO

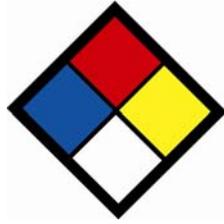
Generalmente Houston goza de un clima templado durante el invierno. Ocasionalmente se presentan temperaturas al nivel de congelación o por debajo del mismo. Nuestra mejor defensa es estar preparados para poder enfrentar el impacto que estas condiciones podrían tener en nuestra área. Algunas de las condiciones que pudieran presentarse incluyen las siguientes:

- **Tormentas de hielo/nieve** – estas pueden ocasionar interrupción de los servicios eléctricos y de comunicación, manejar bajo estas condiciones es muy peligroso, además puentes, pasos elevados y carreteras pudieran congelarse siendo necesario cerrarlas al paso de vehículos.
- **Temperaturas bajo el nivel de congelación** - acompañadas con los efectos del índice de frío del viento (a medida que aumenta el viento, extrae calor del cuerpo, haciéndole sentir mucho más frío) pueden resultar muy peligrosas, protéjase vistiéndose adecuadamente, con ropa liviana y abrigada en varias capas, incluya gorra/sombrero y guantes cuando este a la intemperie. Proteja las tuberías de agua expuestas al frío ya sea en el ático o a la intemperie, a las personas, a las plantas y a sus mascotas (Comunmente referido como las 4 P's en Inglés: Pipes, People, Pets and Plants) .
- **Sistema de calefacción en la casa:** durante el invierno la pérdida de vidas y daños materiales a las casas aumenta debido a incendios ocasionados por el uso inapropiado o las condiciones inadecuadas del sistema de calefacción en los hogares (especialmente la de los calentadores de espacio). Antes de que comience el invierno si es posible mande inspeccionar el sistema de calefacción en su casa para asegurarse de que este trabajando en condiciones óptimas. Es recomendable instalar detectores de humo y de monóxido de carbono en el hogar.
- **Su automóvil:** cerciórese de que el nivel de líquido anticongelante en su vehículo es el adecuado.

Algunos términos con los cuales debe estar familiarizado son:

- **Vigilancia de Tormenta Invernal:** significa que es posible que su región sea afectada por condiciones invernales severas en uno o dos días
- **Advertencia de Tormenta Invernal:** severas condiciones invernales han comenzado o están por comenzar.
- **Aviso de Clima Invernal:** Se espera que las condiciones del clima invernal provoquen molestias considerables y pueden ser peligrosas, en especial para los conductores de vehículos motorizados.

INCIDENTES CON MATERIALES PELIGROSOS



Materiales peligrosos son sustancias, que por su composición química, física o biológica, pueden ocasionar la muerte, daño a la salud o a la propiedad al ser estos liberados o derramados accidentalmente. Incidentes con materiales peligrosos pueden ocurrir durante la producción, el almacenamiento, el transporte, el uso, o el desecho de los mismos.

Que hacer en el caso de un incidente con Materiales Peligrosos

- ✓ Si es testigo de un incidente con materiales peligrosos, llame al 911.
- ✓ Evite acercarse al sitio donde ocurrió el incidente para disminuir el riesgo de contaminación.
- ✓ Si está afuera manténgase corriente arriba, en una colina o en un lugar elevado, y contra el viento.
- ✓ Si se encuentra en un vehículo motorizado, cierre las ventanas y los conductos de ventilación, apague el aire acondicionado y la calefacción.
- ✓ **Si se le pide que no salga de su casa**
 - ⇒ Siga las instrucciones de las autoridades de emergencia.
 - ⇒ Cierre todas las puertas exteriores y ventanas. Cierre las salidas de ventilación, las compuertas del tiro de la chimenea y tantas puertas interiores como sea posible.
 - ⇒ Apague el aire acondicionado y los sistemas de ventilación.
 - ⇒ Vaya a la habitación preseleccionada como refugio. Esta habitación debe estar sobre el nivel del terreno y tener el menor número de aberturas hacia el exterior.
 - ⇒ Selle la habitación: cubra cada ventana, puerta y salida de ventilación con plástico y cinta adhesiva.
 - ⇒ Use material para rellenar grietas y agujeros en la habitación, como los que hay alrededor de las tuberías.
 - ⇒ Si avisan que pudiera haber una explosión, cierre cortinas y persianas, manténgase alejado de ventanas para evitar heridas que pudieran ser ocasionadas por vidrios quebrados a causa de la explosión.
- ⇒ Escuche las noticias para recibir instrucciones.

Si las autoridades recomiendan que Evacué, hágalo de Inmediato

- ⇒ Manténgase informado, escuche su radio de baterías y siga las instrucciones oficiales.
- ⇒ Si hay tiempo, cierre las ventanas de su casa y apague los sistemas de ventilación, como aire acondicionado, calefacción etc., para reducir el riesgo de contaminación.
- ⇒ Viaje utilizando las rutas de evacuación recomendadas.
- ⇒ Evite el contacto con materiales químicos líquidos derramados, vapores y/o depósitos químicos sólidos condensados.
- ⇒ No consuma alimentos o agua que pudieran haber sido contaminados.

QUE HACER DESPUES DE UN INCIDENTE

- ✓ Regrese a su casa cuando las autoridades determinen que el peligro ha pasado.
- ✓ Al llegar a su casa la primero que debe de hacer es abrir puertas y ventanas y encender ventiladores/abanicos para ventilarla.
- ✓ Si una persona u objeto ha sido expuesto a productos químicos peligrosos, haga lo siguiente:
 - ⇒ Siga las instrucciones de las autoridades locales para descontaminar.
 - ⇒ Busque asistencia médica si se presentan síntomas relacionados con la exposición a materiales químicos peligrosos.
 - ⇒ Si le es imposible obtener asistencia médica inmediatamente y usted puede estar contaminado, quítese la ropa, bañese y póngase ropa limpia.
 - ⇒ Busque atención médica lo mas pronto posible.
 - ⇒ Coloque la ropa contaminada en un recipiente sellado y averigüe como deshacerse de ella adecuadamente.
 - ⇒ Averigüe con las autoridades locales cual es el procedimiento a seguir para descontaminar su propiedad.



AMENAZAS BIOLÓGICAS

Un ataque biológico es un acto deliberado de contaminación del aire con microbios u otras sustancias biológicas que pueden causar enfermedades. Muchos de estos agentes deben inhalarse, ingerirse o absorberse por medio de una cortada o lastimadura para que la persona se enferme. Algunos agentes biológicos, como el ántrax, no causan enfermedades contagiosas. Otros como el virus de la viruela, pueden producir enfermedades que se transmiten de una persona a otra.

Si Existe una Amenaza Biológica

Inicialmente a diferencia de una explosión, un ataque biológico no siempre es evidente. Si bien es posible que se vean ciertos signos de un ataque biológico, tal como sucedió cuando se mandó ántrax por el correo, lo más probable es que los proveedores locales de servicios de salud noten un patrón de enfermedad inusual o que acuda una gran cantidad de enfermos a los centros de atención médica de emergencia. Probablemente se enterará del peligro a través de un comunicado de emergencia de radio o televisión, o a través de otro método utilizado en su comunidad. Tal vez reciba una llamada telefónica o es posible que trabajadores de respuesta a emergencias vayan de puerta en puerta. En el caso de un ataque biológico, los oficiales de salud pública, proveerán información tan pronto como sea posible sobre que es lo que se debe hacer. Sin embargo, puede llevar tiempo identificar la enfermedad y determinar como se debe tratar y quienes corren peligro. Escuche la radio vea la televisión, o conéctese a la Internet para recibir noticias oficiales incluyendo lo siguiente:

- ¿Se encuentra usted en el grupo o área que las autoridades consideran que corre peligro?
- ¿Cuales son los signos y los síntomas de la enfermedad?
- ¿Se están distribuyendo medicamentos o vacunas?
- ¿Dónde? ¿Quién los debe recibir?
- ¿Dónde debe buscar atención médica de emergencia si se enferma?



AMENAZAS QUÍMICAS

Un ataque químico es el acto deliberado de contaminación con un gas tóxico ya sea este líquido o sólido con la intención de envenenar a las personas y al medio ambiente.

Signos de un Ataque Químico

- A muchas personas les lloran los ojos, les tiemblan partes del cuerpo, se asfixian, tienen problemas respiratorios o pierden la coordinación.
- Hay muchos pájaros, peces y animales pequeños enfermos o muertos.

Si Nota Signos de un Ataque Químico: Busque aire limpio rápidamente

- Trate de identificar lo más rápidamente posible el área afectada o de la cual proviene la sustancia química.
- De inmediato aléjese de esta área.
- Si se encuentra adentro de un edificio contaminado, trate de salir del mismo, evadiendo el área afectada.
- Si esto no es posible, es aconsejable alejarse lo más que se pueda del área donde se sospecha que hay contaminación y refugiarse en el lugar.
- Si se encuentra a la intemperie cuando ve los signos de contaminación, decida si puede alejarse del área o si sería mejor entrar en un edificio y seguir su plan de refugiarse en el lugar.

Si Usted Piensa Que Ha Sido Expuesto a Una Sustancia Química

Si le lloran los ojos, le arde la piel, tiene dificultad para respirar, usted puede haber sido expuesto a una sustancia química..

- Si esto es cierto quítese la ropa inmediatamente y lávese.
- Busque una manguera, una llave o cualquier otra fuente de agua, use jabón si esta disponible teniendo cuidado de no provocar que la sustancia química penetre la piel.
- Busque atención médica de inmediato.

INCIDENTES RADIOLÓGICOS



Explosión Nuclear

Una detonación nuclear es una explosión que genera intensa luz y calor, una ola de presión dañina que esparce material radiactivo el cual pudiera contaminar el aire, el agua y la superficie terrestre millas a su alrededor. Mientras los expertos predicen que la probabilidad de un ataque nuclear en estos tiempos es menor que la probabilidad de que otro tipo de incidente ocurra, el terrorismo por su naturaleza misma es impredecible.



Radiación

Una amenaza de Radiación comunmente llamada “bomba sucia” o “Dispositivo Radiológico de Dispersión” (DRD), es el uso de explosivos convencionales para diseminar material radiactivo en el área de blanco. No constituye una explosión nuclear. Mientras que la explosión será facilmente detectada, la presencia de radiación no será definida claramente hasta que personal entrenado con el equipo especializado se encuentren en el lugar de los hechos.



Materiales Radioactivos

Materiales radioactivos son utilizados diariamente por las industrias Médicas y Manufactureras y son transportadas regularmente en carros y camiones a través de la ciudad. Al igual que con cualquier tipo de radiación, trate de **limitar su exposición** a la misma reduciendo el **tiempo** que pase en las inmendaciones de la fuente de radiación, aumente la **distancia**, construya una barrera de **protección** colocando objetos densos entre usted y la fuente de radiación. Es importante evitar respirar el polvo radiológico que pueda ser diseminado en el aire.

NUMEROS DE TELÉFONO ÚTILES

Ciudad de Houston

| | |
|---|----------------------|
| Oficina de la Administración de Emergencias | (713) 884-4500 |
| Fax | (713) 884-4545 |
| Dispositivo de Telecomunicación para Personas con Dificultades Auditivas (TDD) | (713) 884-4518 |
| Servicios de no-emergencia | 311 o (713) 247-1000 |
| Oficina del Alcalde para la Asistencia a la Comunidad | (713) 247-2907 |
| Departamento de Policía | (713) 884-3131 |
| Departamento de Bomberos | (713) 247-5000 |

Harris County

| | |
|--|----------------|
| Oficina de Administración de Emergencias | (713) 881-3100 |
|--|----------------|

Autoridad Metropolitana de Tránsito (Metro)

| | |
|--|----------------|
| Policía de METRO (224-COPS) | (713) 739-4000 |
| METRO Lift | (713) 224-2677 |
| Centro de Asistencia | (713) 225-0119 |
| Servicios de Asistencia al Automovilista | (713) 658-0180 |
| | (Llame a MAP) |
| | (713) 225-5627 |

Estado de Tejas

| | |
|---|----------------|
| Departamento de Seguridad Pública de Tejas | (281) 517-1300 |
| Departamento de Transporte de Tejas | (713) 802-5000 |
| Información sobre el cierre y condiciones de las carreteras. | (713) 802-5074 |
| Comisión de la Calidad Ambiental de Tejas (TCEQ) | (713) 767-3500 |

Agencias de Servicio

| | |
|---|----------------|
| Cruz Roja Americana, del área metropolitana de Houston | (713) 526-8300 |
| Durante horas no laborales y/o fin de semana | (713) 526-8300 |
| Ejército de Salvación | (713) 752-0677 |
| United Way del Golfo de Tejas | (713) 685-2300 |
| Información | 211 |

Agencias Federales

| | |
|--|----------------|
| Servicio Meteorológico Nacional (NWS) | (281) 337-5074 |
| Información Meteorológica Marítima (Grabación) | (281) 337-7895 |
| Oficina de la Guardia Costera Estadounidense | |
| Sector Houston-Galveston | (713) 671-5100 |